

# 子どもの心身症

人は緊張するとトイレに行きたくなくなったり、失恋をして食事がのどを通らない、なんてことがあります。人の心と体は密接に関わっていて、悩みごとがあると知らず知らずのうちに体調も悪くなりがちです。症状がさらにひどくなり日常生活に支障をきたすようなものを「心身症」と呼びます。難しい言い方をすると、『体の病気』だけれど、その始まりや経過に心理・社会的因子が大きく影響しているもの」とされ、大人にも子どもにも起こります。

子どもはもともと思いをうまく表に出せず抱え込みやすく、ストレスにさらされると体の症状として現れやすい年代です。さらに症状の不安や本来できることができないことの不安から、症状がどんどん悪くなりやすいのです。このため子どもにも心身症は多く、小児科によくみる病気の一つです。症状はとてもさまざまで、お腹の痛み、下痢、吐き気、胸の痛み、動悸、頭の痛み、眠れない、立てない・歩けない、けいれん、熱が出る、学校に行けない（行く調子が悪くなる）などがあります。症状が長引いて医療機関を受診して検査を受けても異常は見つかりませんが、症状は良くなりず、ご本人もご家族も困り果てることがあります。

ストレスの元としては、学校の問題（いじめ、孤立など）、家庭の問題（貧困、家庭不和、虐待など）、子ども自身の問題（知的障害、発達障害、慢性的な体の病気など）などが言われています。「元を無くせばいいだろう」と思われるかもしれませんが、もともとの問題を解決することは容易ではありません。また、心のストレスだからといって、「気持ちの持ちようだ」と励ましたり、叱ったりしても良くなりません。実際にある症状を治療で軽くして、少しずつ元の日常生活に近づけることが大切です。心身症は時間がかかりますが良くなるので、焦らずに治療を受けながら子どもの成長を見守ってあげるのが大人の役割です。

なかには心身症と似た症状で体の臓器の病気である方もいるので、病院では原因を調べるための検査も行います。当院では小児科が対応し、必要に応じて臨床心理士の面談や学校との協力も行いながら、お子さんを支えてゆくように努力いたします。思い当たる症状があるお子さんをお持ちのご家族は一度ご相談ください。



【小児科診療部長 大木 康史】

